

Trabalho realizado por alunos do Centro Universitário da Serra Gaúcha, das disciplina de Itinerário Extensionista, ministrada pela professora Rafaela Santi Dell’Osbel. A atividade tem o objetivo de ampliar os conhecimentos da população local sobre o tema:

DOENÇAS SAZONAIS

As doenças sazonais são aquelas que afetam as pessoas em certas épocas do ano. Isso ocorre geralmente por mudanças no clima e podem ser causadas por vírus, bactérias, fungos ou alergias. As principais doenças sazonais incluem gripes e resfriados, doenças respiratórias, viroses e doenças transmitidas por insetos.

ALUNOS:

Dérick Andréas Simon
Julia Maurina Lemes
Vinícius de Moraes Rosa
Mariza Leczynski
Carla Tortelli Baggio
Jordan Santos Ramos
Inaiá Lirio dos Santos



GRIFE, RESFRIADO OU VIROSE? QUAIS SÃO AS DIFERENÇAS?

GRIFE

- ↳ Causada pelo vírus influenza
- ↳ Sintomas mais agressivos, como febre alta, dor no corpo, fadiga, dor de cabeça, vermelhidão no rosto, falta de apetite
- ↳ Podem evoluir para pneumonias em idosos, crianças e imunossuprimidos
- ↳ Tratamento com analgésicos e antitérmicos

RESFRIADO

- ↳ Causado por rinovírus
- ↳ Sintomas leves como nariz escorrendo, espirros, desconforto na garganta, congestão nasal
- ↳ Rápida resolução
- ↳ Tratamento com analgésicos

VIROSE

- ↳ Causado por vírus que promovem infecções leves a graves
- ↳ Pode apresentar os mesmos sintomas da gripe, além de outros mais específicos
- ↳ As principais viroses no Brasil são dengue, chikungunya, poliomielite, sarampo, rubéola e covid
- ↳ Prevenção através de vacinas

OUTRAS DOENÇAS COMUNS

Além daquelas causadas por vírus, outras doenças infecciosas comuns envolvem bactérias. Estas podem afetar diversas regiões do corpo, sendo as principais a pele, o trato respiratório, gastrointestinal e urinário.

Infecções de pele: envolvem dor, inchaço, vermelhidão, pus e rubor no local da infecção, geralmente associadas a cortes e feridas

Infecções do trato respiratório: na garganta há dor ao engolir e placas de pus nas amígdalas, já nos pulmões apresenta tosse persistente, catarro esverdeado ou amarelado, dor no peito e dificuldade para respirar

Infecções no trato gastrointestinal: em geral é causada por ingestão de água e alimentos contaminados, envolve sintomas como náuseas, vômitos, cólica abdominal e diarreia

Infecção no trato urinário: possui maior incidência em mulheres devido à anatomia da região genital, porém a pouca ingestão de água e grandes intervalos sem urinar contribuem com a infecção, a qual causa sintomas como ardência ao urinar, dor na parte inferior do abdômen, constante necessidade de ir ao banheiro e urina turva e com cheiro forte

MUITAS INFECCÕES BACTERIANAS
TEM RÁPIDA RESOLUÇÃO, NO
ENTANTO É NECESSÁRIO ESTAR
ATENTO A SINTOMAS MAIS GRAVES,
COMO FEBRE, DOR INTENSA NA
REGIÃO E OUTROS SINTOMAS
PERSISTENTES E QUE SE AGRAVAM
COM O TEMPO

QUANDO PROCURAR A UBS?

Fora do período de consultas preventivas, é possível o desenvolvimento de sintomas novos, o que gera incerteza da necessidade de uma nova consulta médica. A questão principal é estar atento a estes mesmos sintomas, pois muitos podem ser tratados em casa, como é o caso de resfriados, cortes, escoriações e outros machucados leves. Entretanto, se os sintomas forem muito específicos, constantes e se agravarem com o tempo, não hesite de procurar atendimento médico em UBSs, postos de saúde e hospitais. Além disso, outras questões mais urgentes podem ser tratadas no pronto-socorro.

Lembre-se!

Hábitos saudáveis, vacinação e consultas preventivas sempre serão a melhor a melhor solução para evitar doenças.





FSG
Centro
Universitário

ESTA ATIVIDADE FOI DESENVOLVIDA NO ÂMBITO DA DISCIPLINA EXTENSIONISTA, COM O OBJETIVO DE COMPARTILHAR INFORMAÇÕES RELEVANTES E DE FÁCIL ACESSO PARA A POPULAÇÃO LOCAL. A PROPOSTA BUSCA CONTRIBUIR DE FORMA PRÁTICA PARA A MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DA COMUNIDADE, ALINHANDO-SE ESPECIALMENTE AO OBJETIVO DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL (ODS) Nº 3 DA ONU – SAÚDE E BEM-ESTAR.

AO DIVULGAR CONTEÚDOS SOBRE PREVENÇÃO, CUIDADOS E PROMOÇÃO DA SAÚDE, REFORÇAMOS A IMPORTÂNCIA DE SEMPRE BUSCAR INFORMAÇÕES EM FONTES CONFIÁVEIS, COMO ÓRGÃOS OFICIAIS DE SAÚDE (MINISTÉRIO DA SAÚDE, ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS, ENTRE OUTROS). O COMBATE À DESINFORMAÇÃO É PARTE ESSENCIAL PARA GARANTIR QUE A POPULAÇÃO TENHA ACESSO A ORIENTAÇÕES CORRETAS E SEGURAS, FORTALECENDO TANTO O CUIDADO INDIVIDUAL QUANTO COLETIVO.

ALÉM DISSO, ESTA INICIATIVA EXTENSIONISTA APROXIMA A UNIVERSIDADE DA COMUNIDADE, PROMOVENDO A TROCA DE SABERES E ESTIMULANDO A CONSTRUÇÃO DE UMA REDE DE APOIO LOCAL. DESSA FORMA, CONTRIBUÍMOS NÃO APENAS PARA A CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE DOENÇAS CRÔNICAS E PRÁTICAS DE SAÚDE, MAS TAMBÉM PARA A FORMAÇÃO CIDADÃ, ENGAJADA E COMPROMETIDA COM OS PRINCÍPIOS DA SUSTENTABILIDADE SOCIAL E DO BEM-ESTAR COLETIVO.